Rok II. Kraków, dnia 1. sierpnia 1898. **Nr. 8.**

PRZEGLĄD GIMNASTYCZNY

PISMO

POŚWIĘCONE SPRAWOM ĆWICZEŃ FIZYCZNYCH.

Prenumerata w Austryi: Rocznie złr. 1·20, półrocznie 60 cnt. | W Niemczech: Rocznie . . mrk. 2·50 W innych krajach: Rocznie fr. 4·—
Numer pojedynczy kosztuje 15 cnt.

Odpowiedzialny redaktor i wydawca: Dr. Stanisław Rowiński.

Zlot okręgu lwowskiego w Stryju.

Napisał

Dr. Stanisław Rowiński.

W niedzielę w dniu 3-go lipca odbył się w Stryju pierwszy zlot okręgu lwowskiego. Wzięło w nim udział 238 uczestników, z tego 192 w stroju sokolim zaś 152 (tylu stanęło do wolnych) ćwiczących. Największą liczbę uczestników dostarczył Lwów, bo ogółem 154, z czego na Lwów II (koła) 17 przypada.

Poza tem reprezentowane były następujące gniazda okręgu: Bóbrka 14, Chodorów 6, Gródek 19, Rohatyn 4, Sokal 2, Stryj 30, Żółkiew 9 — Kamionka i Rudki oraz najmłodszy Radziechów nie przysłały nikogo.

Wprost z dworca, gdzie na przybycie pociągu wiozącego gości, oczekiwał oddział miejscowego Sokoła, tudzież garstka zaledwie publiczności, udały się drużyny Sokole wprost na boisko. Leżało ono niedaleko dworca a przyozdobione, jak zwykle na takie uroczystości, odświętnie — przypominało rozmiarami i kształtem boisko wadowickie. Jedna tylko była główna między oboma różnica a mianowicie: w Wadowicach wzniesienie dla kierującego ćwiczeniami znajdowało się na najwyższym miejscu głównej trybuny, skąd, dzięki

temu, że tuż za nią znajdowało się miejsce zboru, mógł kierownik nietylko uważać na samo boisko, ale także znosić się z miejscem zboru, co niepomiernie wpływało na energiczne przeprowadzenie całych ćwiczeń, zwłaszcza zaś zapobiegało zbyt długim pauzom.

Otóż na tymto boisku na rozkaz naczelnika okręgu Wł. Janikowskiego: »w dwurząd w lewo ustaw się« *(sic!)* ustawiły się drużyny Sokole dwurzędem, poczem nastąpiło przywitanie ich przez prezesa Sokoła stryjskiego, Ślusarskiego, imieniem miejscowego gniazda oraz przez prezesa Związku, d-ra Dzięddzielewicza, imieniem najwyższej władzy sokolej.

Po powitaniu udali się druhowie niećwiczący w liczbie 30-tu wraz ze sztandarami do kościoła farnego na uroczyste nabożeństwo, reszta pozostała na boisku dla odbycia próby. Nim atoli to nastąpiło, poczęto ku zdziwieniu obcych, gromadami chodzić po trybunach, siadać na nich i wstawać, co wszystko miało na celu wypróbowanie mocy i wytrzymałości trybun. Było to co najmniej spóźnione, gdyż nawet w razie spostrzeżenia jakiego niebezpieczeństwa w budowie, trudnoby było takowe ze względu na święto i to na parę godzin przed ćwiczeniami usunąć, a nadto było niestosownem dla druhów, którym każda chwila czasu była drogą, i którzy przecie na ćwiczenia przybyli a nie na wykonywanie funkcyi do komisyi budowlanej lub kogo innego należących.

Po ukończeniu tych czynności, rozpoczęła się próba ćwiczeniami wolnemi, po nich przerobiono ustawienie do ćwiczeń na przyrządach, piramidy, ćwiczenia maczugami a wreszcie rej, podczas którego prowadzący takowy, A. Wallek, miał sposobność przetrzebić szeregi kolarzy i pozbyć się kilku mniej przyjemnych uczestników reju mojżeszowego wyznania.

Cała próba robiła wrażenie dobre zwłaszcza, że nie spostrzegłem nikogo nieprzygotowanego w ćwiczeniach wolnych lub też innych, to też nie zaszła potrzeba wypraszania z boiska. Prócz usterek tego rodzaju jak np. nienależyte zachowywanie rozkazu: baczność, innych nie zauważyłem, boć za usterki nie uważam tego, iż wejście na boisko i ustawienie do poszczególnych ćwiczeń wspólnych nie poszło odrazu gładko. Takie rzeczy wymagają u nas zawsze obrobienia na miejscu, a więc na samem boisku i w domu trudno się ich wyuczyć. Próba trwała prawie do południa, to też z upragnieniem podążyli pomęczeni i wygłodzeni uczestnicy z boiska częścią na dworzec kolejowy, częścią zaś do kasyna, gdzie względnie tanio i smacznie posilić się mogli.

O godz. 3 pop. poczęło Sokolstwo zbierać się w Olszynce' pięknym ogrodzie miejskim do pochodu uroczystego. Miał on być poprzedzony stosownie do powziętej swego czasu uchwały grona związkowego próbą musztry i to rozumie się co najmniej w drużynie lub hufcu. Tymczasem, czy to z powodu, że park nie był miejscem odpowiedniem czy też z innych względów, poprzestano na musztrze w plutonach, czego naturalnie pochwalić nie można, gdyż spaczono w ten sposób uchwałę grona, któremu właśnie głównie chodziło o to, aby przed każdym uroczystym pochodem czy to Związku czy okręgu, skorzystał naczelnik z jedynej sposobności, jaka mu się nadarza, przekonał się, jak też idzie musztra w większej gromadzie oraz poprawił usterki i błędy, które spostrzeże. Czy zaś poszczególne gniazda umią musztrę w plutonach, to o tem można się przekonać podczas objazdów, na zlocie niema na to czasu.

Rozpoczęto wreszcie ustawiać się do pochodu, co stosunkowo dużo czasu zajęło, prawdopodobnie dla tego, że albo naczelnik okręgowy, Wł. Janikowski, nie miał z góry ułożonego planu i nie wysłał przybocznego do poszczególnych gniazd, by im wskazać jak i gdzie mają się ustawić, albo też rozkazów z góry wydanych nie wypełniono z należytem zrozumieniem i konieczną szybkością. Przyczyniła się do tego pewnie i ta okoliczność, że ustawianie odbywało się nie na wolnej przestrzeni, gdzieby wszystko jednym rzutem oka objąć było można, lecz na alejach parku, gdzie drzewa i skręty zasłaniając poszczególne plutony, utrudniały zadanie prowadzących.

Wreszcie przygotowania do pochodu ukończono. Na czele, tuż poza muzyką stanęły dwie trójki: jedna przedstawiała okręg, druga najsilniejsze gniazdo okręgu, Lwów. Nadto dwie czy też trzy inne trójki stanęły również na czele swych gniazd. Tuż za trójką lwowską ustawiła się w przepisanej odległości drużyna Sokoła lwowskiego ze sztandarem na miejscu regulaminem przepisanem, za nią zaś inne gniazda i to silniejsze tworząc własne plutony, słabsze w połączeniu z innemi gniazdami. Jeden tylko Gródek, nie mogąc utworzyć dwóch pełnych plutonów, utworzył wbrew regulaminowi jeden, złożony z trzech rzędów. Oprócz tej grubej usterki, zauważyłem nadto i drugą a mianowicie sztandar Sokoła stryjskiego niesiono na drugiem miejscu lewego skrzydła zamiast na temże miejscu skrzydła prawego. Nadto niektórzy przyboczni mieli przepaski na biodrach, aczkolwiek te konieczne zresztą odznaki regulaminem naszym zniesione zostały.

Tak ustawiony okręg w sile dwunastu plutonów przeszedł kilkaset kroków alejami i zatrzymał się przed przyozdobionym pięknie pawilonem, celem oddania hołdu władzom powiatu i miasta, które tam się ustawiły, a które imieniem Sokolstwa w krótkiej a jędrnej przemowie przywitał prezes Związku dr. Dzięddzielewicz. Po odpowiedzi hr. H. Dzieduszyckiego jako przedstawiciela powiatu i prof. Halagardy imieniem miasta, ruszył okrąg przez tu i ówdzie przystrojone ulice miasta na boisko. Podczas pochodu, który zabrał z pół godziny czasu, spostrzegłem tylko tę niewłaściwość, że niektórzy plutonowi zupełnie niepotrzebnie powtarzali rozkazy drużynowych a podczas skrętów z jednej ulicy w drugą całkiem zbytecznie zapowiadali zachodzenie.

Zresztą nie mogę nic zarzucić; poszczególne plutony szły w porządku i karnie, robiły więc korzystne na patrzących wrażenie. To też tem więcej zganić należy jednego z druhów, który nie zastosował się do ogólnie uroczystego nastroju i mimo rozkazu baczność, jedną rękę trzymał w kieszeni od spodni, w drugiej zaś krył papierosa, z którego co chwila pociągał. Na szczęście była to tylko jednostka.

Muszę tu także wspomnieć o kolarzach. Oto mieli oni zamykać pochód okręgu i byliby z zadania swego dobrze się wywiązali, gdyby mieli trochę jednostajniejszy i mniej rażący strój. Mówię tu o tych, co to np. mieli czamarkę i koszulę Sokolą, spodnie zaś odmienne i t. p. (C. d. n.)

GRY I ZABAWY.

Napisał Z. Wyrobek.

(Ciąg dalszy).

---

9) Jeżeli który z grających złapie piłkę w powietrzu (t. j. nim ona upadnie na ziemię) na boisku lub w matni, bezpośrednio po kopnięciu jej lub — chociaż to wzbronione — po podbiciu ręką, wprzód albo rzuceniu wprzód przez przeciwnika, natenczas ma prawo wykonać t. zw. *rzut wolny*. Chwytający musi jednakże zaraz po złapaniu piłki zrobić nogą znak na ziemi w miejscu, gdzie piłkę złapał,

nim kto z przeciwników zdąży jej dotknąć, a nadto zawołać: »stój!«, przez co rzut wolny zgłasza. W przeciwnym razie traci prawo rzutu. Zgłoszony i uznany przez sędziego rzut musi być wykonany.

Grający, któremu rzut wolny przyznano, może go wykonać albo z kozła, albo z powietrza, albo też z ziemi. W pierwszych dwóch wypadkach musi sam go wykonać, w trzecim położyć piłkę na ziemi przed towarzyszem, który ma ją kopnąć. Przeciwnicy mają prawo podejść naprzód aż do linii, biegnącej równolegle do linii bramek przez znak zrobiony na ziemi. W takim razie partya kopiąca cofa się wstecz, jak daleko sobie życzy — kopiący jednakże w linii, biegnącej przez znak równolegle do linij bocznych (fig. 7). Jeżeli kopiący cofnął się aż do własnej matni i stamtąd rzut wykonuje, to piłka musi po rzucie przelecieć linię bramki i upaść na boisku, nie w matni, inaczej rzut nie jest ważny.

Każdy rzut wolny (także rzut ze środka, rzut z matni i próbę) należy zawsze wykonać w kierunku bramki nieprzyjacielskiej. Partya kopiącego musi zawsze w chwili rzutu znajdować się poza piłką i nie wolno jej przed wykonaniem rzutu naprzód wybiegać; wyjątek stanowi jedynie przy rzucie z miejsca ten grający, który kładzie piłkę na ziemię. W razie przekroczenia tej reguły nakazuje sędzia tłok i to na miejscu, gdzie błąd popełniono. Jeżeli jednak stanie się to w matni, gdzie tłoku nigdy wykonywać nie można, należy go wykonać na boisku w odległości 4 m. od matni i to naprzeciw miejsca, gdzie przeciw prawidłu wykroczono. To zastępcze miejsce, w takiej odległości, przyjmuje się zawsze — ilekroć wypadnie tłok w matni wykonywać.

Przeciwnej partyi wolno podbiegać naprzód, by uprzedzić kopiącego w podbiciu piłki albo przeszkodzić mu w rzucie l. t. p.

a) przy każdym rzucie z miejsca (przy rzucie wolnym i przy próbie, lecz nigdy przy rzucie ze środka — p. 1) — od chwili, gdy piłka dotknie ziemi;

b) przy każdym rzucie z kozła lub z powietrza (przy rzucie wolnym, rzucie z matni i po wypadnięciu piłki z rąk — p. 6 *a*) — od chwili, gdy kopiący zacznie biedz lub rzut wykonywać, a więc piłkę z rąk wypuści.

Jeżeli jednak ktoś z partyi przeciwnej wcześniej naprzód wybiegnie, w takim razie, na żądanie partyi kopiącej, powinien sędzia zabronić zupełnie wszelkiego dalszego podbiegania przy dotyczącym rzucie — oczywiście, jeżeli jeszcze piłki nie kopnięto, gdyż wtedy byłoby żądanie spóźnione.

Jak już wyżej wspomnieliśmy, może przy rzucie wolnym podejść partya przeciwna nie dalej jak do znaku zrobionego na ziemi przez tego, który złapał piłkę, przyczem partya kopiąca cofa się wstecz dowolnie daleko — jednakże przy rzucie z matni, przy próbie i przy wprowadzaniu piłki na boisko po wypadnięciu jej w pole, jak pod 6 *a* (co także jest poniekąd rzutem wolnym), musi partya przeciwna znajdować się w odległości najmniej 5 m. od podbija-

jącego piłkę i stamtąd dopiero w chwili rzutu podbiegać, chyba, że w mniejszej odległości znajduje się jej matnia, w którym to wypadku może stanąć na granicy swej matni.

10) Oprócz wspomnianego w poprzednim paragrafie wypadku może sędzia przyznać rzut wolny, jako karę, na żądanie partyi przeciwnej, jeżeli który z grających:

a) podbije piłkę ręką wprzód lub rzuci ją wprzód t. j. w kierunku bramki nieprzyjacielskiej;

b) w tłoku umyślnie upadnie na ziemię lub umyślnie piłki ręką dotknie albo ją z ziemi podejmie;

c) zatrzymany przez przeciwnika nie woła: »tłok!« i wzbrania się położyć piłkę natychmiast na ziemię;

d) zatrzyma przeciwnika, przeszkadza mu w grze i t. p., wtedy, gdy nie ma prawa brać w grze udziału (§ 11);

e) nie biegnąc sam za piłką, staje umyślnie na drodze przeciwnikow, który nie ma piłki, i w ten sposób w grze mu przeszkadza.

Miejsce, gdzie błąd popełniono, odpowiada znakowi, jaki robi na ziemi grający przy powyżej opisanym chwycie z powietrza. Aż do tego zatem miejsca wolno podejść partyi, która nie wykonuje rzutu wolnego.

We wszystkich innych wypadkach, gdy kto z grających przekroczy które prawidło gry, na co niema przewidzianej osobnej kary — przysługuje partyi przeciwnej prawo żądania, aby piłkę odniesiono na to miejsce, gdzie nastąpiło wykroczenie przeciw regule, i tam zrobiono tłok.

11) Przez cały czas gry może każdy z grających korzystać z praw mu przysługujących, są jednak wzpadki, w których nie może przez pewien czas brać w grze udziału, czyli jest *skuty* — a mianowicie:

a) jeżeli w tłoku dostanie się na stronę nieprzyjacielską, a więc przed piłkę,

b) jeżeli ktokolwiek z j e g o w ł a s n e j p a r t y i p o z a n i m (t. j. między nim a jego matnią) piłkę kopnie, dotknie jej lub ją niesie.

Można być »skutym« gdziekolwiek na boisku lub w matni nieprzyjacielskiej, nigdy zaś we własnej matni. »Skuty« staje się »wolnym«, czyli może brać w dalszej grze udział, jeżeli

a) kto z partyi przeciwnej z piłką w rękach ubiegnie 5 m., kopnie ją lub piłka go dotknie,

b) kto z jego własnej partyi z piłką w rękach przed niego wybiegnie,

c) ten z jego partyi, który za nim piłkę kopnął, przed niego się dostanie.

Skutemu nie wolno bezwarunkowo, pod żadnym pozorem kopać piłki, brać ją do rąk, zatrzymywać niosącego piłkę, słowem, w jakikolwiek sposób przeszkadzać w grze przeciwnikom. Nadto nie wolno mu, dopóki nie będzie wolnym, dopuścić do tego, by go piłka uderzyła, a także zbliżać się do przeciwnika, który czeka na piłkę, więcej niż na 5 m. W razie przekroczenia którego z tych

prawideł, może żądać partya przeciwna albo przyznania jej rzutu wolnego (§ 10) i to z miejsca, gdzie błąd popełniono, albo wykonania tłoku na miejscu, gdzie się piłka znajdowała, nim przekroczono powyższe prawidło.

12) Umyślne przewracanie przeciwnika, szarpanie go, popychanie, kopanie, wpadanie na niego, podstawianie mu nóg i t. p. jest stanowczo wzbronione. Kto się do tego przepisu nie stósuje, tego powinien sędzia upomnieć, a w razie powtórnego wykroczenia bezzwłocznie z gry wykluczyć.

Również nie wolno nosić na obówiu blaszek, gwózdków, podeszew gutaperkowych i t. p., jednem słowem, tego, czem można podczas gry uszkodzić przeciwnika.

13) Rozjemca, który nie ma stale wyznaczonego miejsca na boisku i stoi tam, gdzie uważa za stósowne, tudzież dwaj sędziowie, stojący w polach matni i uważający każdy na swoją połowę boiska — mają obowiązek czuwać nad prawidłowym przebiegiem gry. Jedynie rozjemca jest powołany do rozstrzygania wątpliwych przypadków, uznawania zgłoszeń i t. p., a od jego wyroków niema odwołania. Sędziowie udzielają tylko wskazówek i objaśnień rozjemcy, jeżeli on tego od nich zażąda.

Rozjemca powinien mieć świstawkę, której musi użyć:

a) jeżeli zgłoszenie się do niego uważa za słuszne,

b) jeżeli który z grających wykroczy przeciw § 12,

c) jeżeli który z grających w tłoku upadnie na ziemię,

d) jeżeli który z sędziów podniesie chorągiewkę do góry,

e) przy rozpoczęciu gry, przy zmianie i przy końcu gry, jednakże nie wcześniej, aż piłka zostanie zatrzymana lub wypadnie poza granice boczne. Przy zyskaniu rzutu wolnego lub próby należy jeszcze na nie zezwolić,

f) gdy piłka wyleci w pole t. j. poza granice boczne,

g) wtedy, gdy to uzna za potrzebne i wskazane.

W razie odezwania się świstawki należy natychmiast grę przerwać.

Obaj sędziowie mają krótkie chorągiewki, które powinni w górę podnosić w wypadkach pod *a) b) c) f)*, przez co jednakże gry nie przerywają, tylko zwracają uwagę rozjemcy.

Ze zgłoszeniami, żądaniami i t. p. należy się zwracać do rozjemcy lub sędziego, który najbliżej stoi, i to bezzwłocznie po zaszłym wypadku. Późniejsze reklamacye nie mogą być uwzględnione.

Jak już wyżej wspomnieliśmy, rozjemca i sędziowie są potrzebni przy zawodach, przy zwykłej zaś grze mogą ich urząd objąć obaj przodownicy, zaopatrzeni w świstawki, którzy wyrokują za wzajemnem porozumieniem. Jest jednak rzeczą wskazaną, by przy każdej grze znajdował się jeden sędzia, wybrany przez obie partye, posiadający prawa rozjemcy.

(C. d. n.).

PRZYKŁADY.

Różności.

Woltyże dwójek (z pomocą współćwiczącego)

ułożył Walter i Sp.

(Ciąg dalszy).

Woltyże kuczne (z postawy stojąc).

Z boku.

1) Wyskok kuczny na barki z dłoni.

A zwrócony twarzą do prawego boku *B* chwyta lewą ręką lewą dłoń *B*, prawą opiera się na jego głowie a prawą stopę stawia na jego prawej dłoni, którą *B* grzbietem na swem udzie opiera, stojąc przytem w postawie rozkrocznej — *A* podskakuje do postawy na barki *B*; *B* prostując nogi unosi go prawą ręką a lewą podpiera. Następnie chwyta go za łydki tuż pod kolanami z tyłu o palcach spojonych i ciągnie w dół a nieco ku przodowi trzymając równocześnie kark prosto. W ten sposób może *A* zupełnie pewnie stać na barkach *B*.

1) Wyskok kuczny na barki z uda, z rozbiegu.

A w post. rozkr. o nogach ugiętych trzyma lewe ramię nieco ugięte w pion, prawe również ugiętę w bok, oba zaś dłońmi do przodu; *A* stoi w odległości kilku kroków przodem zwrócony do prawego boku *B* — *A* po rozbiegu chwyta prawą ręką prawą dłoń *B* a prawą stopę stawia na jego prawem udzie i w tejże chwili się odbiwszy podskakuje w górę do postawy na barkach *B*, przyczem zaraz chwyta go lewą ręką za lewą dłoń; *B* w chwili podskoku prostuje nogi i pociąga silnie *A* ku sobie a następnie chwyta go za łydki jak pod 1.

3) Wyskok kuczny na barki okrężny.

A i *B* stoją obok siebie, *A* w post. zasadnej po prawej stronie *B*, *B* w post. rozkrocznej o nogach prostych — *B* trzyma prawe ramię w pion zewnątrz, dłonią ku tyłowi, lewe przed sobą w wysokości piersi dłonią w dół; *A* ujmuje prawą rękę prawą, lewą jego lewą dłoń — *A* i *B* uginają równocześnie nogi, poczem *A* natychmiast silnie się odbija i wyskakuje na barki *B* okrążając w locie jego głowę, przez co opisuje całe koło w lewo; w chwili odbicia pociąga go *B* prawą ręką silnie ku sobie a w górę lewą podpiera i prostuje nogi a zwracając równocześnie tułów w prawo podstawia mu swe barki.

4) Przeskok kuczny okrężny.

Jak pod 3) tylko *A* nie staje na barkach *B*, lecz kurcząc nogi przenosi je ponad jego głowę i zeskakuje przed nim na ziemię.

Z przodu.

5) **Wyskok kuczny na uda.**

Postawa i chwyt jak pod 6. przy wolt. rozkr., z tą różnicą, że *B* po wyskoku chwyta *A* za uda.

6) **Wyskok kuczny na uda tyłem.**

A i *B* w postawie rozkrocznej. *A* zwrócony tyłem do *B* — *B* ujmuje *A* na biodra — *A* wyskakuje na uda *B*, który go unosi pochylając się wstecz.

7) **Wyskok kuczny na barki tyłem.**

A w post. zasadnej, tyłem zwrócony do *B; B* w post. rozkr. o nogach ugiętych — *A* zwraca ramiona na wewnątrz, ugina je w łokciach i wspiera się dłońmi na dłoniach *A* — *B* podskakuje i prostując ramiona staje na barkach *B; B* prostując nogi unosi go w górę w chwili podskoku, poczem chwyta go za łydki.

8) **Wyskok kuczny na barki okrężny.**

A twarzą zwrócony do *B* w post. zasadnej, *B* w post. rozkr. o nogach prostych — *B* trzyma prawe ramię ugięte (przedramię poziomo, dłoń do przodu w wysokości czoła), lewe również ugięte w wysokości piersi (dłoń ku sobie); *A* ujmuje prawą ręką prawą, lewą jego lewą dłoń — wykonanie ćwiczenia jak pod 3) lecz oczywiście *A* nie opisze w locie całego koła tylko półkole w lewo.

9) **Wyskok kuczny na barki okrężny porwaniem.**

A w post. zasadnej twarzą zwrócony do *B; B* w wykroku lewą trzyma stopę między stopami *A* — chwyt jak pod 8) — *A* pochyla się wstecz i siada na ziemi poczem jeszcze więcej, prawie do leżenia w tył się podaje; *B* robi wykrok prawą zewnątrz i pochyla się za *A* wprzód — *B* szybko się prostuje robiąc zakrok prawą i silnie porywa za sobą *A*, który nadto odbija się od ziemi i wykonuje wyskok okrężny jak po 8).

10) **Przeskok kuczny tyłem.**

Jak pod 7) lecz *A* zamiast stawać na barkach *B*, kurczy nogi i zeskakuje poza nim na ziemię.

11) **Przeskok kuczny okrężny.**

Jak pod 8) lecz *A* zamiast stawać na barkach *B*, kurczy nogi i zeskakuje przed nim na ziemię.

12) **Przeskok kuczny okrężny porwaniem.**

Jak pod 9) lecz *A* przeskakuje do przodu *B*.

(C. d. n.)

Sprawozdanie z piśmiennictwa gimnastycznego.

Przewodnik gimnastyczny „Sokół“ Nr. 7 zawiera: Ogłoszenie. — Odsłonięcie pomnika Mickiewicza w Krakowie. — Nowe prezydyum Związku. — Rozwój gimnastyki szwedzkiej (c. d.). — Sprawy Związku pol. gimn. towarz. Sokolich w Austryi. — Kronika. — Inseraty.

„Sokół« organ Związku pol. tow. gimn. w Ameryce Nr. 10 zawiera: Chór polskich dzieci na obczyźnie. — Obchód na cześć Adama Mickiewicza.—

Rower swatem. — Przykłady. — Ćwiczenia dowolne zastępu wzorowego. — Zarys nauki gimnastyki. — Sprawy związkowe. — Kronika.

„Koło« Nr. 13 **zawiera:** 511 wiorst trzynastoletniego turysty. — To i owo. — Wyścigi międzynarodowe cyklistów we Lwowie. — Korespondencye. — Kronika.

— **Nr. 14 zawiera:** 511 wiorst trzynastoletniego turysty. — Sport kolarski na wystawie jubileuszowej w Wiedniu. — To i owo. — Kronika Dynasowska. — Ośm dni w Pyrenejach na kole. — Praktyczne wskazówki. — Wyścigi arystek teatrów paryskich. — Kronika.

»Sokol» Nr. 7 **zawiera:** Fizyologia ćwiczeń cielesnych p. dr. F. Lagranga. — O mistrzu Janie Husie. — Początek nowej doby Sokolstwa czeskiego. J. Kren. — O powolnych truciznach odczyt E. Vlaseka. — Gimnastyka w szkołach rosyjskich p. A. Skotak. — Ważne objawy n. V. Kukan.— Z ziem zagrożonych. — O wychowaniu fizycznem i piastowaniu zdrowia na wyższych szkołach we Francyi. — Statystyka. — Rozmaitości.

»Vestnik sokolsky“ Nr. 13 **zawiera:** 6-ty czerwiec 1415 r. n. J. Zyka Borotinsky. — Sprawy. — Wieczory ćwiczebne: Kółka zwiesz. a zmiany. przez dr. Rehak. — Przegląd piśmiennictwa. — Rozmaitości.

— **Nr. 14 zawiera:** Jeremiada. — Porządek zjazdu Sokolego w Hodslavicach. — Sprawy. — Wieczory ćwiczebne: Koń wszerz, woltyże okrocz. odboczne. Poręcze zwiesz. a zmiany. — Rozkład ćwiczebny dla członków. — Zapasy. — O zdrowotnem znaczeniu ćwiczeń fizycznych. — Rozmaitości.

„Sokól amerykański“ Nr. 6 **zawiera:** Dla dobra młodzieży. — Przyszły zjazd. — Tegoroczne zawody. — Koło a papierosy. — O gimnastyce dorosłych ze stanowiska lekarskiego n. dr. I. Lagranga. — Kilka uwag na czasie o ćwiczeniach fizycznych. — O potrzebie gier młodzieży na świeżem powietrzu. — Sprawozdania. — Listy.

»Gimnastika« Nr. 7 **zawiera:** Wychowanie fizyczne naszej młodzieży n. dr. Hranilovic. — Kilka słów o ćwiczeniach fizycznych kobiet. — Z ruchu książek. — Kronika.

Rozkład ćwiczeń i zabaw gimnastycznych dla 6 oddziałów w gimnazyum sanockiem — wyszedł z druku staraniem i nakładem autora profesora R. Vetulaniego. — Przysłano go nam atoli już w ostatniej chwili, przeto ocenę do przyszłego numeru odłożyć musimy.

KRONIKA.

Zjazd żupy środkowomorawskiej odbył się w Lipniku w dniu 17 lipca b. r. łącznie z uroczystością Palackiego i poświęceniem sztandaru miejscowego gniazda. Właściwa uroczystość Sokola, w której wzięło udział koło 150 uczestników w strojach Sokolich rozpoczęła się pochodem uroczystym na rynek miasta. Na czele postępował szereg pięknych dziewcząt w strojach narodowych poprzedzony muzyką, za nim liczne stowarzyszenia miejscowe ze swymi sztandarami, wreszcie sześć dziewic niosących wstążkami spowity sztandar a za niemi liczne szeregi Sokole. Pochód, który co się tyczy drużyn Sokolich odbywał się daleko swobodniej aniżeli to u nas jest zwyczajem, pomijając już takie usterki, jak np. że niektórzy nieśli przewieszone przez ramię płaszcze inni zaś nie i t. p. — przeszedłszy pięknie przybrane ulice miasta, zatrzymał się przed trybuną w rynku. Kobiety i wybitniejsi Sokołowie zajęli miejsca na podwyższeniu, reszta zaś ustawiła się naokoło, poczem wstąpił na mownicę wysłannik wydziału Związku, znany i z naszych zlotów dr. Pippich i w podniosłych z nadzwyczajnem przejęciem wygłoszonych słowach wypowiedział Sokole credo, jego zasady i cele, poczem zwracając się do sztandaru, który wśród tego dziewice rozwinęły ze wstążek i chorążemu oddały, zakończył mowę życzeniem, aby ten sztandar stał na straży ducha Sokolego w miejscowem gnieździe i odczytał wiersz własny, umyślnie na uroczystość tę ułożony. Po ślubowaniu chorążego rozeszli się obecni, by znowu koło godziny 3 w uroczystym

pochodzie udać się na boisko za rzeką Beczwą pod miastem położone, gdzie miały się odbyć publiczne ćwiczenia.

Boisko rzeczone w bardzo prosty sposób było urządzone. Oto kawałek zwykłej ścierni mogącej pomieścić do 100 ćwiczących w rozstępie wolnym, odgraniczono nizkim płotem z desek, nadto na jednym z krótszych boków prostokąta zbudowano małą trybunę na sto siedzeń a naokoło boiska tuż za płotem urządzono również jeden rząd ławek dla reszty publiczności tudzież muzyki; wzniesienia dla naczelnika ani też stołu dla okaziciela nie było.

Na dany znak wkroczyło 78 ćwiczących pod wodzą naczelnika żupy Vopalki na boisko i obszedłszy go w kolumnie szóstkowej dookoła, stanęło przed główną trybuną mając już rozstęp boczny. Na dalszy rozkaz naczelnika przybrała kolumna także odpowiedni rozstęp czelny, co jednakowoż mniej sprawnie poszło i wymagało powtórnego przerobienia a to dlatego, że skrajny rząd kolumny krył na tabliczkę oznaczoną liczbą 5 zamiast 6, która się przewróciła i z trawy nawet widoczną nie była. Błąd wreszcie naprawiono i rozpoczęto ćwiczenia laskami w 5 obrazach. Wszystkie obrazy były bardzo ładne tylko ciągła zmiana miejsca była powodem, że rzędy nieszczególnie zachowywały krycie, co tem było trudniejsze, że trawa na boisku nie była skoszoną i nie dozwalała swobody ruchów a nadto kryła w zupełności paliki, które miejsca ćwiczących oznaczać miały. Dlatego też ćwiczenia laskami wypadły gorzej niż to u Czechów a nawet u nas przy wspólnych widzieć zwykliśmy, co i tem wytłumaczyć trzeba, że jestto żupa najmłodsza, która do ćwiczeń zlotowych jeszcze mało miała sposobności. To też i ćwiczenia wolne (obrazy przygotowane na zjazd w Hodslavicach) nie odpowiadały wszelkim wymogom, aczkolwiek wypadły lepiej niż ćwiczenia laskami. Za to pochwalić muszę ćwiczenia na przyrządach, do których 11-cie zastępów stanęło. Ćwiczono na poręczach, koniu, drążku, skakano o tyczce i przez okienko, nadto jeden zastęp przerabiał zapasy, jeden szermierkę a jeden piramidy trójkowe na sposób ćwiczeń wspólnych i to bardzo sprawnie. Te ostatnie przypominały układem i sposobem wykonania piramidy lwowskie w Stryju, że jednak były daleko łatwiejsze i w mniejszej ilości wykonane (sześć trójek) przeto i lepiej wypadły. Postawa u ćwiczących i trzymanie się było przeważnie dobre, to też i ćwiczenia zwłaszcza dwóch zastępów na poręczach i drążku dobre robiły wrażenie.

Nastąpiły ćwiczenia trzech zastępów gron nauczycielskich na kółkach, koniu i poręczach. Robiono wcale trudne ćwiczenia i ładne: wymienię atoli tylko jedno, które rzadziej spotkać można a mianowicie na poręczach: w staniu na barku poprzek, opust wagą do leżenia na jednej poręczy (nogi skrzyżnie) i powrót wagą do stania na barkach.

Po ćwiczeniach, które z powodu zbyt długich pauz blizko 2 godziny czasu zajęły, bawiono się ochoczo w poblizkim lasku przy dźwiękach muzyki, która naprzemiany z chórem urozmaicała chwile. Wieczór spędzono w biesiadzie czeskiej, gdzie do późna ochoczo tańczono.

Kończąc ten opis zlotu muszę w tem miejscu podziękować za braterskie przyjęcie i owacye, jakie mnie na każdym kroku ze strony braci Sokołów i publiczności czeskiej spotykały, w szczególności zaś radcy ces. WP. Hoffowi i Jego przezacnej rodzinie za serdeczną i uprzejmą gościnę. *R.*

Dr. H. Schnell z Altony umieścił w Nr. 8 czasopisma »Zeitschrif für Turnen und Iugendspiel« opis pierwszego międzynarodowego zjazdu gimnastyczno-sportowego jaki się w dniach 30 maja do 2 czerwca b. r. odbył w Kopenhadze.

Pomijając liczne szczegóły, któremi się sprawozdawca z czytelnikami dzieli, wyjmujemy z nich tylko te, które najbardziej dla nas mogą być zajmujące, a które charakterystyczne światło rzucają na sposób odbywania zjazdów i niektóre ćwiczenia w Norwegii i Szwecyi.

I tak np. wejście zastępów i drużyn na boisko różni się wielce od naszego i przypomina cyrk. Bo oto prowadzący nauczyciel ubrany w biały krawat, frak i cylinder, wiedzie swe zastępy naokoło boiska i stanąwszy przed lożą króla lub prezydenta oddaje głęboki ukłon przedstawicielowi władzy. Dopiero po tej ceremonii rozpoczynają się ćwiczenia. Podczas nich stoi nauczyciel obok zastępu a cała jego czynność ogranicza się na zdejmowaniu cy-

lindra i ukłonach, którymi dziękuje każdym razem publiczności oklaskującej lepsze ćwiczenia.

Pomijając podobne ceremonie, które u nas śmiesznymiby się wydały — mogą ćwiczenia wspólne w prawdziwy zachwyt widza wprowadzić i dr. Schnell sam przyznaje otwarcie, że najlepiej wyćwiczone zastępy niemieckie nie umyły się nawet do tych synów Północy. Za to ćwiczenia na przyrządach ze względu na nieszczególny sposób trzymania się — pozostawiają nieco do życzenia.

Z oryginalnych produkcyi wymienić należy rzucanie młotem [1] w zawody. Ćwiczący chwytał oburącz młot wagi $7^1/_2$ klg. za koniec żelaznej rączki na 1 m. długiej i stanąwszy w kole o średnicy 2.13 m. plecami do kierunku rzutu zwrócony, wywijał kilkakrotnie młotem jakby szablą naokoło głowy i po kilku całych obrotach naokoło swej osi długości podczas których podbiegał na sam kraj koła, wypuszczał młot. Najdalszy w ten sposób osiągnięty rzut wynosił 31.55.

Rzucanie dyskiem (2 klg. ciężkim) nie odbywało się na nasz sposób lecz podobnie jak rzucanie młotem; najdalszy rzut wynosił 30.85 m.

Obok innych zawodów miał tam miejsce skok przez konia wzdłuż o nagrodę, który był o tyle ciekawym, że koń do tego użyty różnił się wielce od naszego Przedewszystkiem miał on długości 2.20 m. a wysokość jego zmieniano w ten sposób, że na wierzch konia kładziono materace po krajach cieńsze w środku zaś grubsze a na to jeszcze poduszki, co wszystko nadawało koniowi dziwny kształt, tworząc w środku garb. Ćwiczący zaś nie chwytali przy skoku tak jak u nas za kark, lecz po odbiciu opierali ręce bądźto przed garbem bądź na nim samym.

Z innych szczegółów dodać należy, że najlepszy skok w wyż (bez mostka i przez pręt) wynosił 1.66 m. — zaś w dal również bez mostka 5.50.

Przypominamy naszym czytelnikom, że w dniach 13 i 14 sierpnia odbędzie się w Hodslawicach na Morawie sokola uroczystość setnej rocznicy urodzin Fr. Palackiego — połączona ze zjazdem czesko-słowiańskich towarzystw Sokolich. Nie potrzebujemy chyba dodawać, że udział największej liczby Polaków byłby pożądanym.

W sprawie wychowania fizycznego. Pod powyższym tytułem zamieściła »Nowa Reforma« w Nrze 163 co następuje: »Rada szkolna krajowa wydała pod datą 20 czerwca b. r. do wszystkich Rad szkolnych okręgowych okólnik, mający na celu pobudzenie do rozwoju wychowania fizycznego u młodzi szkolnej. Okólnik ten poleca wszystkim Radom okręgowym, ażeby w miastach, gdzie istnieją Towarzystwa sokole i oświadczają gotowość bezinteresownego prowadzenia ćwiczeń gimnastycznych, a nauka ta dla braku sali lub boiska gimnastycznego się nie odbywa, z zarządem takiego Towarzystwa weszły w rokowania i porozumiały się co do bezpłatnego udzielania gimnastyki uczniom szkół ludowych w budynkach sokolich aż do czasu, w którym szkoły zostaną zaopatrzone w sale i boiska gimnastyczne.

Reskrypt ten wprowadzony w życie nie pozostanie bez wpływu na rozwój życia sokolego w Galicyi. Wkłada on wprawdzie wielką odpowiedzialność i ciężkie obowiązki na gniazda sokole, które w rozwoju same pomocy potrzebują, ale Sokół polski nie może się uchylić od spełnienia obowiązku obywatelskiego, jakim jest bezsprzecznie fizyczne wychowanie najmłodszego pokolenia«.

Dobrze to illustruje nasze stosunki: Potrzeba aż polecenia ze strony Władz szkolnych, by nie oświadczono się odmownie na bezinteresowne ofiarowanie się prowadzenia ćwiczeń gimn. przez Towarzystwa sokole, by nie odrzucono takiej propozycyi i raczono ją przyjąć. A więc przypuszcza się możliwość, że stałoby się inaczej? Czyżby zaszedł już kiedy podobny wypadek? Jeżeli tak, to musielibyśmy polecenie powyższe przyjąć jako objaw dodatni, ale przecież bardzo a bardzo dla naszych stosunków charakterystyczny. Na koniec jedna uwaga. Sokół polski, choć ubogi, nie powinien, nie może się uchylić od spełnienia obowiązku obywatelskiego i nie ofiarować się z bezinteresowną nauką, tego od niego społeczeństwo wymaga; ale to samo społeczeństwo uchyla się od obowiązku przyjścia mu z pomocą i należytego poparcia, na jakie Towarzystwa, mające tak wzniosłe i humanitarne cele, z pewnością ze wszech miar zasługują.

[1] Ćwiczenie to pierwotnie szkockie przyjęło się obecnie w Anglii i Ameryce.

Kraków. — Druk W. L. Anczyca i Sp.